

TOKYO MOKUNAVI

HERB RECIPE



<東京の山のハーブを食べ尽くすサラダプレート>のレシピ紹介

1. ベビーリーフのサラダ(クロモジ和風醤油ドレッシング)
2. ミニトマトと日本のハーブの塩麹和え
3. クリームチーズの山椒オープンサンド
4. クロモジのクリアスープ

※クロモジはクローブ、ローズマリーなどで代用できます。

1. クリームチーズの山椒オープンサンド

材料 (2人前)

- ・カンパーニュ (ドライフルーツ、ナッツ入りのもの) 4枚
- ※あればタカキベーカリーの石窯レーズン&胡桃がおすすめです
- ・クリームチーズ 60g
- ・みそ (米味噌) 小さじ1
- ※あればマルコメの靴美人がおすすめです
- ・マーマレード 30g
- ・スモークサーモン 20g
- ・山椒の葉 少々
- ・山椒オイル 適量
- ・ブラックペッパー 適量

作り方

1. クリームチーズは室温に戻しておく
2. 1のクリームチーズと味噌を混ぜ合わせる
3. カンパーニュに2を塗る
4. 1枚にスモークサーモンを乗せ、山椒を乗せる。もう1枚にマーマレードを塗り、ブラックペッパーを振りかける
5. サープする前に山椒オイルを線状に垂らす

2. ミニトマトと日本のハーブの塩麹和え

材料 (2人前)

- ・ミニトマト 6個
- ・茗荷 1/2個
- ・大葉 2枚
- ・Aごま 大さじ1/2
- ・Aごま油 小さじ1
- ・Aすりおろしにんにく 少々
- ・A塩麹 小さじ1と少々

作り方

1. 大葉と茗荷は千切りにして冷やしておく
2. ミニトマトは洗ってヘタをとる
3. Aを保存容器に合わせ、ミニトマトをよく絡めて30分以上冷やす
4. 器 (ココット皿) にもり、大葉と茗荷を乗せる

3. ベビーリーフのサラダ

材料 (2人前)

- ・ミックスベビーリーフ 30g
- (ミックスベビーリーフを水にさらし、よく水気を切って冷蔵庫で冷やしておく)

以下クロモジ和風醤油ドレッシングに使用

- ・クロモジ醤油 5cc
- ・クロモジオイル 15cc
- ・米酢 10cc
- ・きび砂糖 小さじ2/3
- ・すりおろし玉ねぎ (絞って水気を切る) 小さじ2/3

作り方

1. 材料をボウルに入れ、よくかき混ぜる
2. サラダの上にドレッシングを食べる直前にかける

クロモジ醤油の作り方

材料

- ・濃口醤油 200ml
- ・クロモジの枝 10g

作り方

1. 清潔な保存瓶にクロモジを入れ、醤油を注いでふたをする。
2. 冷暗所に1週間おき、使用する。涼しいところに保管して2週間ほどで使い切る

4. クロモジのクリアスープ

材料 (2人前)

- ・クロモジの葉 (ドライ) 2g
- ・玉ねぎ 1/16玉
- ・スライスベーコン 1/2枚
- ・水 450cc
- ・塩 4g
- ・酒 小さじ1
- ・クロモジオイル 適量

作り方

1. 鍋に湯を沸かし、クロモジの葉を入れて弱火で10分煮出す
2. 1の火を止め、葉をザルでこしてスープを鍋に戻す
3. 玉ねぎを粗めにみじん切りし、ベーコンは細切りにする
4. 2のスープに3の玉ねぎ、ベーコン、酒、塩を入れて火にかける
5. 5分ほど弱火で煮込んだら器によそってクロモジオイルを垂らす